



18 décembre 2025



Vers le Triomphe du Cœur Immaculé



BETHLÉÉM, LA MAISON DU PAIN



En ce temps des fins dernières annoncées par Marie, il est bon de nous souvenir que, comme elle nous le dit elle-même, « *à la Fin Mon Cœur Immaculé triomphera* ». C'est elle, la Victorieuse, la Reine des reines qui aura le dernier mot !

En ces temps difficiles, elle nous demande d'annoncer et de proclamer son triomphe. C'est tout l'objectif de ces feuillets mensuels et la date de sa distribution le 18 du mois n'a pas été choisie par hasard. C'est bien une demande spéciale de la Vierge. Si ce nombre n'a pas encore complètement révélé tous ses secrets, cette requête de Marie nous montre toute son importance alors soyons dans la Confiance et obéissons-lui.

« *L'espérance ne déçoit pas, puisque l'amour de Dieu a été répandu dans nos cœurs par l'Esprit Saint qui nous a été donné* » (Rm 5, 1-2.5).





18 décembre 2025

BETHLÉEM, LA MAISON DU PAIN



Nous voici presque au terme de ce temps de l'Avent. Noël s'approche, et la crèche est désormais installée, simple à la fois silencieuse et évocatrice.

Depuis dix-huit jours, nous sommes entrés dans ce temps d'attente bénie, un temps de veille et de simplicité, où l'Église nous invite à préparer nos cœurs à la venue du Seigneur. Et le lieu vers lequel nous sommes conduits peu à peu n'est pas un palais, ni une cité puissante, mais un petit village discret.

Bethléem : un nom humble, mais un nom chargé de sens : **la Maison du Pain**.

Pourtant, c'est là que Dieu a choisi de naître. Non pas dans la richesse mais dans la pauvreté d'une crèche, dans une mangeoire, un lieu de nourriture. Dès l'origine, tout est Signe. Tout est Providence. Rien n'est laissé au hasard. Dès sa naissance, le Christ se donne à comprendre : il vient pour combler la faim la plus profonde de l'homme, faim d'amour, faim de sens, faim de Dieu. Le message est clair : Celui qui vient au monde est déjà **le Pain donné pour la vie du monde**.

Ainsi, à l'approche de Noël, nos regards se posent sur cette crèche où repose le Pain vivant descendu du Ciel. Qui pourrait le croire ? Cette naissance, dans un tout petit village, dans une étable, aurait pu passer totalement inaperçue. Et pourtant, deux mille ans après, nous en parlons encore. Deux mille ans après, elle dérange toujours, elle agace même, et l'on voudrait encore la faire disparaître. Cette crèche paisible, ce petit Bébé déposé dans une mangeoire, au milieu de nulle part, fait peur. Parce qu'elle révèle une autre Puissance, celle de l'Amour humble et désarmé. Et pourtant, plus que jamais, elle a du Sens. Elle est essentielle. Elle est notre Salut.

Alors, l'attente de l'Avènement devient déjà communion, silencieuse et émerveillée, au Mystère d'un Dieu qui se fait nourriture pour notre vie.

Ce livret s'inscrit dans cette contemplation : il nous invite à entrer dans le mystère de Bethléem, à relier la crèche au don eucharistique, et à laisser ce Dieu humble et silencieux venir nourrir notre attente, notre foi, et notre vie.





18 décembre 2025

I. Bethléem dans l'Ancien Testament : un fil discret mais essentiel



Bethléem n'apparaît pas à chaque page de l'Écriture. On la retrouve dans l'Ancien Testament à plusieurs endroits qui ne sont pas anodins du tout et Tous nous donnent à voir un plan qui se dessine, parce que là où Bethléem surgit, le dessein de Dieu se tisse.

Rachel près de Bethléem : la Tradition conserve Rachel « *près de Bethléem* » (Gn 35,19 ; 48,7) : image d'un lieu de douleurs transformées en Espérance.

Ruth : le livre de Ruth se déroule à Bethléem : dans les moissons, une étrangère fidèle est accueillie, épouse Booz et enfante Obed, ancêtre de David : Signe que Dieu ouvre la Promesse aux nations.

David : Samuel oint le jeune berger David à Bethléem (1 S 16) : la royauté choisie parmi les humbles.

Michée : la prophétie messianique pointe Bethléem : « *Et toi, Bethléem Éphrata... de toi sortira celui qui doit gouverner Israël* » (Mi 5,1).

Au-delà de ces occurrences, Dieu nous laisse découvrir un Son dessein ... Quelque chose se prépare et Bethléem est une pièce du puzzle.

Dans l'Ancien Testament donc, **Bethléem** apparaît comme un lieu **modeste**, presque insignifiant : un petit village de **Judée**, sans puissance politique, associé à la vie rurale, aux bergers, au pain quotidien. Son nom signifie « **maison du pain** », mais un pain **simple**, lié à la subsistance plus qu'à l'abondance.

Bethléem incarne donc une **pauvreté humble**, où, sans sécurité humaine, l'on vit de ce que Dieu donne.

Et, c'est précisément là que Dieu choisit **David**, le plus petit des fils de Jessé et plus tard, de faire naître le Messie : Jésus.

Méditation : Dieu aime élire le petit et le caché. Dans ces textes, Bethléem apparaît comme le petit creuset où la **Promesse** germera. Demandons la **Grâce** de voir, dans ce qui est modeste autour de **soi** toi, les prémices de l'**Action** divine.





18 décembre 2025

II. La manne et la pauvreté du désert : La pédagogie divine dans l'Ancienne Alliance.

Bethléem peut être compris comme **le désert rendu habitable** : La manne de l'Ancien Testament est un **pain donné sans lieu**, dans l'errance.

Bethléem est un **lieu stable**, mais marqué par le même esprit : l'accueil du Don de Dieu, dans la pauvreté et la discrétion.



Dans les deux cas :

- Dieu choisit **la petitesse et la fragilité plutôt que la puissance**,
- **la dépendance plutôt que l'abondance**,
- **le don quotidien plutôt que la sécurité accumulée**.

Ainsi du désert à Bethléem, se dessine une même pédagogie divine : ce n'est pas l'abondance qui sauve, mais la Confiance.

Dans la pauvreté du désert, Dieu apprend à son peuple à dépendre de Lui, à recevoir chaque jour le pain donné, sans accumulation ni réserve. La manne, humble et suffisante, nourrit les pauvres et enseigne la Confiance.

À Bethléem, cette pédagogie atteint son accomplissement. **La Maison du Pain** devient le lieu où Dieu ne donne plus seulement quelque chose, mais où **Il se donne Lui-même**.

Comme la manne, le Christ est donné dans l'humilité, sans éclat, sans contrainte, offert à ceux qui consentent à recevoir.

Bethléem est ainsi le lieu où Dieu élève les humbles et renverse les puissants, comme une anticipation du Magnificat.

Dans la crèche, le Pain vivant repose dans une mangeoire : Signe ultime d'un Dieu qui nourrit son peuple en se faisant pauvre avec les pauvres, et qui conduit l'histoire du Salut **du désert à l'Eucharistie**.

Le désert est une école de la vie : Israël y apprend la dépendance, la Confiance, le Don. Dieu nourrit son peuple d'un Pain venu du ciel, la **manne**.

« Je ferai pleuvoir pour vous du pain du ciel » (Ex 16,4).

« Ils appelèrent cela la manne » (Ex 16,31).

« L'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu » (Dt 8,3).

La pauvreté du désert, l'absence de ressources, devient le lieu où Dieu apprend à son peuple à recevoir tout de Lui.





18 décembre 2025

La manne est don quotidien, nourriture des pauvres et signe d'une fidélité qui accompagne la marche. Elle préfigure le **vrai Pain du ciel** (Jn 6,32-33) : ce don qui n'est pas seulement matériel mais Source de Vie véritable.

La manne préfigure le **Pain vivant** : « *Ce n'est pas Moïse qui vous a donné le pain du ciel... c'est mon Père* » (Jn 6,32).

Dans *Mirae caritatis* (1902), **Léon XIII** contemple ce lien entre la manne et l'Eucharistie :

« *Le pain que je donnerai est ma chair pour la vie du monde...*

Le Christ est venu afin qu'ils aient la vie et qu'ils l'aient en abondance. »

Et encore : « *Ce pain n'est pas la manne du désert... mais Moi-même : Je suis le Pain de vie.* »

Comme Bethléem, la manne révèle un Dieu qui nourrit dans l'humilité, qui se donne sans s'imposer, qui veut être reçu dans la simplicité d'un cœur dépouillé.



Méditation : Quand, sur la route, le pain manque, Dieu donne. L'Avent nous invite à apprendre de la manne : la reconnaissance, la dépendance et l'attente confiante. Demandons à Dieu l'humilité pour nous laisser nourrir par Lui, jour après jour. Comme Israël, nous avons besoin de retrouver une faim spirituelle. Dieu ne nourrit que ceux qui acceptent de devenir pauvres devant Lui.

III. Bethléem : la « **Maison du Pain** » petite ville choisie pour un très grand Mystère



Le nom même « **Beth-Lehem** », « *maison du pain* » est une parole prophétique. Dieu choisit un lieu sans éclat, afin que son œuvre soit clairement attribuée à sa Grâce, et non aux honneurs humains. La prophétie de Michée et les épisodes de Ruth et David montrent une pédagogie :

Son nom annonce la mission de Jésus avant sa naissance. Elle est sans importance politique : « *petite parmi les clans de Juda* » (Mi 5,1).

Dieu aime renverser les logiques humaines : Il prépare la plus grande des naissances dans la plus petite des villes. Il fait jaillir le Roi des rois de la

lignée d'un petit berger de Bethléem.

Dieu prépare un peuple dans la simplicité, puis fait surgir la Miséricorde et la Royauté.

Méditation : La « *Maison du Pain* » nous rappelle que Dieu fait germer Sa Royauté. dans la nourriture, dans la vie ordinaire, dans la nourriture, dans la relation. Cherchons à reconnaître aujourd'hui où Dieu nous prépare, souvent loin du bruit du monde. Dieu vient dans ce que nous négligeons. L'Avent nous appelle à devenir des lieux où Dieu peut naître : des lieux simples, silencieux, ouverts.





18 décembre 2025

IV. La kénose : le Fils de Dieu se fait petit, pauvre, accessible

Saint Paul écrit : « *Il s'est dépouillé... prenant la condition de serviteur* » (Ph 2,7).

La Nativité est l'icône de ce dépouillement : Jésus naît dans la pauvreté d'une étable. Il est couché dans une **mangeoire**, lieu où mangent les animaux.



Les Pères de l'Église s'en émerveillent : ainsi **Saint Ambroise** dira « *Il est déposé dans une mangeoire pour devenir notre nourriture.* » et **Saint Augustin** remarquera que « *Le Verbe se fait petit pour que l'homme ne craigne pas de s'approcher de Dieu.* »

Méditation : Regarder la crèche, c'est contempler le Dieu qui se fait vulnérable pour rencontrer l'homme dans sa pauvreté.



Lorsque vient la plénitude des temps, le Fils éternel du Père accepte de se **dépouiller** (cf. Ph 2,67). Il naît non pas dans un palais, mais Il naît dans une **étable**, parce qu'« *il n'y avait pas de place pour eux à l'hôtellerie* ». Et c'est dans une **mangeoire**, un lieu de nourriture, que Marie dépose l'Enfant.

Ce détail est un **enseignement silencieux** : Dieu se fait petit pour rejoindre les plus petits. Dieu se fait pauvre pour toucher les pauvres. Dieu se fait nourriture pour rassasier ceux qui ont faim.

La mangeoire annonce déjà la vocation de Jésus : **être Pain, donné** pour la vie du monde. Ainsi la crèche est déjà une **première table**, la première « *liturgie* » où Dieu s'offre dans l'humilité.

Le mystère central de Noël est la **kénose** : **l'abaissement du Verbe**. Saint Paul le dit : « *Il s'est dépouillé, prenant la condition de serviteur* » (Ph 2,6-7). Le Fils de Dieu accepte la condition humaine, jusqu'à se faire petit enfant qui naît dans une mangeoire et non dans un berceau.

Ce choix est un symbole : le Dieu créateur se fait dépendant d'une mère et d'un père adoptif, couché dans la pauvreté matérielle. Il choisit la discrétion plutôt que la grandeur, la proximité plutôt que la domination.

Réflexion spirituelle : La crèche est icône de l'humilité divine. Pendant l'Avent, nous sommes invités à imiter ce dépouillement : renoncer à l'orgueil, simplifier nos vies, accueillir la vulnérabilité comme porte de rencontre avec Dieu.

V. Noël : Celui qui naît dans l'humilité d'une mangeoire se révèle comme Pain de Vie.

Dans cette petite ville, dans cette pauvreté, naît Celui qui dira : « *Je suis le Pain de vie.* » (Jn 6,35) Avant de se donner en Parole, Dieu se donne en **Présence fragile**. Celui qui créa l'univers accepte de dépendre d'une jeune mère et d'un charpentier. C'est la **kénose eucharistique** déjà en germe.





18 décembre 2025

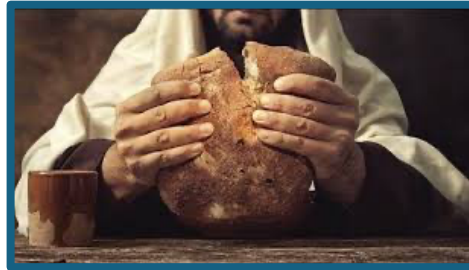
La mangeoire devient alors un **signe prophétique** : celui qui repose là se donnera un jour dans l'Eucharistie. L'humilité de la crèche annonce l'humilité de l'hostie. La mangeoire annonce donc déjà sa mission, elle parle déjà d'une vocation, d'un destin : manger et nourrir.

La crèche et la table eucharistique sont reliées : la venue dans la pauvreté annonce le don total sur la croix et la présence eucharistique. Le Christ vient pour se donner en nourriture.

Il le dit explicitement : « *Le pain que je donnerai, c'est ma chair pour la vie du monde* » (Jn 6,51).

Les Pères de l'Église méditèrent ainsi sur la crèche : elle annonce la Pâque. La liturgie chrétienne relie Noël à la Pâque et à l'Eucharistie, faisant de la Crèche le premier lieu où le Don se révèle.

Crèche → Cène → Croix → Eucharistie : c'est un même mouvement d'Amour. Magnifique ! Grandiose !



Méditation : La crèche est le premier autel : un enfant offert, un Dieu qui se donne déjà. Contemplons la mangeoire : elle est **Signe et Promesse**. Accueillons Celui qui, dès sa naissance, engage son sacrifice gratuit pour la vie du monde.

VI. Marie, porteuse du Pain de Vie.



C'est à Bethléem que Marie donne naissance à Jésus. Elle offre ainsi, dans l'humilité et le silence, *le Pain vivant descendu du Ciel*, celui qui nourrira l'humanité de l'Amour de Dieu.

La Vierge Marie est au cœur de ce mystère. Elle est celle qui, par son consentement libre et confiant, a porté en elle *Ce Pain vivant descendu du ciel*.

En effet, Par son « *oui* » à l'ange, Marie devient la première demeure du Christ. Avant même la crèche de Bethléem, c'est son sein qui est la véritable « *Maison du pain* ». En elle, le Verbe de Dieu prend chair, grandit dans le silence et l'obéissance, nourri de l'amour d'une mère. Marie offre ainsi au monde Jésus non seulement comme un enfant fragile, mais comme le Sauveur promis, celui qui rassasiera la faim la plus profonde du cœur humain. Elle nous apprend à accueillir le Christ, à le porter en nous et à le donner aux autres, comme *le pain partagé*.

À Bethléem, Marie ne garde pas ce don pour elle-même. Elle donne son fils, elle le présente, elle l'offre. Déposé dans une mangeoire, Jésus devient déjà Signe de ce qu'il sera plus tard : un Pain donné, rompu, partagé pour la vie du monde. Marie accompagne ce don avec discrétion et fidélité. Elle contemple, elle médite dans son cœur, elle apprend à consentir à un mystère qui la dépasse.





18 décembre 2025

Mère du Pain de Vie, la Vierge nous montre le chemin de l'accueil. Elle nous apprend à faire de notre vie une demeure pour le Christ, à le recevoir avec confiance, même dans la pauvreté et l'incompréhension. Comme elle, nous sommes appelés à porter Jésus en nous et à le donner aux autres, par nos paroles, nos gestes et notre amour.



À la suite de Marie, l'Église se tient à Bethléem et à chaque Eucharistie : elle reçoit *le Pain vivant* et le partage. Marie, mère attentive et silencieuse, nous conduit toujours vers son fils, Jésus, *le Pain de Vie* pour nourrir le monde.

Méditation : À Bethléem, Marie tient dans ses bras le Pain de Vie. Dans le silence de la nuit, Dieu se donne sans bruit. Contemplons Marie : elle reçoit, elle garde, elle offre. Apprenons d'elle à accueillir Jésus et à le laisser nourrir notre vie.

VII. L'Eucharistie : continuation de la crèche, la kénose rendue sacramentelle.

Ce que Jésus manifeste dans la mangeoire, il le réalise pleinement : lors de la Sainte Cène où Jésus prend le pain et dit : « *Ceci est mon corps, donné pour vous* » (Lc 22,19). L'autel devient prolongement de la mangeoire : la petite hostie prolonge l'Enfant déposé dans la crèche. L'Eucharistie est la forme sacramentelle de la même humilité divine. **Saint Thomas d'Aquin** souligne la profondeur de ce mystère : *l'Eucharistie manifeste de façon suprême l'humilité du Christ* (cf. ST III). Il ajoute : « *Dans ce sacrement, le Christ manifeste son humilité plus que dans tout autre mystère.* »

Et le pape **Léon XIV**, dans son homélie du Corpus Christi (22 juin 2025), affirme : « *Le Christ est la réponse de Dieu à la faim de l'homme, car son corps est le pain de la vie éternelle : prenez et mangez-en tous ! ... Lorsque nous nous nourrissons de Jésus, pain vivant et vrai, nous vivons pour Lui... nous découvrons ainsi que nous sommes faits pour nous nourrir de Dieu.* »

Méditation : L'Eucharistie est Bethléem aujourd'hui. C'est le même Jésus, humble, offert, disponible.

Dieu s'y donne : petit, silencieux, vulnérable, sous l'apparence pauvre du pain. Seule la foi reconnaît Sa Présence, tout comme les bergers reconnaissent Dieu dans les langes.

La tradition papale le rappelle : l'Eucharistie est Présence humble et puissante du Christ qui se donne ; elle relie Noël et Pâques, Bethléem et l'autel (**Jean-Paul II, *Ecclesia de Eucharistia* ; Benoît XVI, *Sacramentum Caritatis***).





18 décembre 2025

Prière avant la communion : Seigneur, fais que recevoir Ta chair me rende plus semblable à Toi : pauvre en moi-même, riche pour les autres.

VIII. Assimilation eucharistique : « *Deviens ce que tu reçois* ».

Chant : « *devenez ce que vous recevez* » :



Recevoir l'Eucharistie, c'est donc entrer dans la kénose du Christ

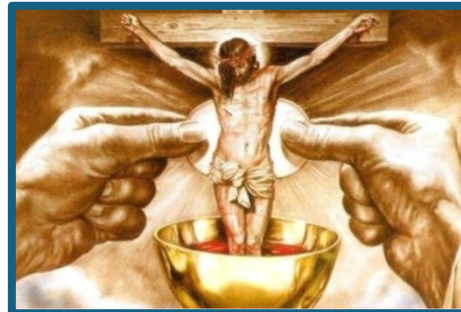
C'est ici une vérité centrale de la foi catholique, et une parole qui demande précision.

1) Deux logiques bien distinctes :

Selon la **logique naturelle**, ce que nous mangeons devient une partie de nous, la nourriture est assimilée par le corps. **Alors que dans la logique sacramentelle**, dans l'Eucharistie, **ce n'est pas le Christ qui devient « soi, nous » au sens ordinaire, mais nous qui sommes transformés, assimilés, configurés au Christ.**

Dans le Mystère Eucharistique, la Tradition chrétienne affirme l'inverse de la logique naturelle : **en recevant le Corps du Christ, nous sommes transformés en Lui.**

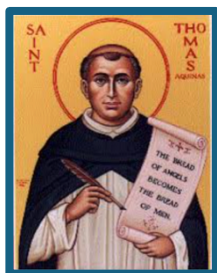
Cette transformation suppose une disposition intérieure qui est celle de la pauvreté de cœur (Mt 5,3), de l'humilité (Ph 2), et une profonde conversion. L'Eucharistie ne nous rend pas autonomes, elle nous évide en Dieu pour être plus ouverts et plus réceptifs comme *envoyés en service*.



2) Les grands témoins de la Tradition :

Saint Augustin l'exprime de façon lumineuse :

« *Tu ne me transformeras pas en toi, mais c'est toi qui seras transformé en moi.* » (Sermon 57) Cette phrase courte capture l'intuition : recevoir le Christ nous façonne à Son Image.



Saint Thomas d'Aquin développe la doctrine : l'Eucharistie réalise une **configuratio cum Christo** c'est-à-dire une configuration, une assimilation spirituelle et ontologique du fidèle au Christ, fruit de la Grâce reçue par le sacrement. Saint Thomas dira ainsi « *Ce sacrement opère notre assimilation au Christ.* » (Somme théologique, IIIa, qq. 73–79)





18 décembre 2025

Le Catéchisme de l'Église catholique précise la dynamique sacramentelle : l'Eucharistie unit au Christ (CEC 1391), accroît notre communion avec Lui et les frères (CEC 1392), nous configure davantage au Christ (CEC 1394) et renforce l'unité du Corps (CEC 1396).

3) Ce que cela signifie concrètement :



Recevoir l'Eucharistie, ce n'est pas un acte magique, ni seulement mémoriel : c'est **accueillir la Présence vivante du Ressuscité**. C'est recevoir : le pain de patience, le pain de miséricorde, le pain de charité. Par la Grâce du sacrement, notre vie intérieure est transformée : nos désirs, nos pensées, nos actes sont graduellement conformés au Christ. L'Eucharistie nous fait participer à la Pâque du Christ : en mangeant son Corps et en buvant son Sang, nous entrons dans Sa Vie donnée et nous sommes envoyés pour être, à notre tour, pain partagé pour les autres.

Méditation concrète : Après avoir reçu le Pain, laisse-toi façonner. Que l'Eucharistie reçue te nous transforme en lumière, en douceur, en paix pour ceux que tu rencontreras nous rencontrerons. et qu'un trait de ta vie notre vie change cette semaine : un pardon, un geste de partage, une écoute prolongée autant de fruits de l'assimilation au Christ.

IX. L'Avent : devenir des Bethléem vivants : Un appel pastoral et spirituel.

Bethléem n'est pas qu'un lieu du passé : c'est une vocation. Être chrétien, c'est devenir une **Maison du Pain**, un lieu où d'autres pourront être nourris, consolés, relevés.

Être une **Maison du Pain**, c'est **faire de la place**, désencombrer son cœur et la maison, **se dépouiller** comme Jésus dans la crèche, c'est-à-dire se délester du superflu pour accueillir Dieu, **accueillir** comme Bethléem aurait dû le faire, **partager** c'est-à-dire laisser la table et la main ouvertes comme on rompt le pain et enfin **veiller** dans la prière pour reconnaître Dieu qui vient.



François disait : « *Dieu aime le simple, le caché, le petit : là, Il se révèle.* » nous invitant ainsi à voir Dieu dans la simplicité et la misère, car c'est là qu'il se révèle.

Marcher vers Noël, c'est apprendre à accueillir Dieu dans l'humilité. Bethléem nous enseigne que Dieu se plaît à venir là où tout est simple, dépouillé, ouvert.

L'Avent nous entraîne donc à devenir, non pas des monuments, mais des **maisons du pain** pour nos frères.

Alors que notre communauté paroissiale, nos familles, nos vies individuelles deviennent ce que la crèche préfigure : un lieu humble où l'on trouve **accueil, chaleur, nourriture**.





18 décembre 2025

Méditation : Devenons, chacun, une crèche vivante. Ouvrons un espace où Dieu peut naître en soi pour les autres.

X. À Bethléem commence notre transformation, notre metanoïa

En contemplant Bethléem, la *Maison du Pain*, nous découvrons le fil d'or qui traverse toute l'Écriture : Dieu rejoint l'homme en se rendant proche, pauvre, accessible.



De la manne au désert jusqu'à l'Eucharistie, en passant par la crèche, Dieu ne cesse de se donner en nourriture pour la vie du monde.

À Bethléem, Dieu se fait petit. A la Cène, Dieu se fait Pain. Sur la Croix, Dieu se fait Don total. Dans l'Eucharistie, Dieu se fait Présence humble et vivante.

Ce mouvement d'abaissement est aussi le chemin qu'Il nous propose. L'Avent nous apprend à **désencombrer nos cœurs**, à laisser tomber nos sécurités, pour devenir un lieu

simple où Dieu peut naître. Noël n'est pas d'abord un souvenir ; c'est un **mystère qui veut s'accomplir en nous aujourd'hui**.

Recevoir Jésus dans l'Eucharistie, c'est accueillir Celui qui transforme tout ce qu'il touche : comme à Bethléem, Il veut naître dans nos pauvretés ; comme à la mangeoire, Il veut être notre vraie nourriture ; comme à l'autel, Il veut faire de nous **un pain rompu pour les autres**.

Que cet Avent fasse de nos vies des Bethléem vivants, des lieux où Dieu peut venir habiter, où la charité peut germer, où la paix peut devenir tangible.

Alors Noël sera plus qu'une fête, il deviendra la naissance du Christ en soi, en nous et à travers nous, **pour l'humanité qui a faim d'Espérance, de Paix, et du Pain de vie**.





18 décembre 2025



Très joyeux et Saint Noël à tous !

Soyez tous bénis.





18 décembre 2025

Annexes — Références bibliques et sources spirituelles

Écritures :

- Genèse 35,19 ; 48,7 (Rachel et Bethléem)
- Ruth 1–4 (histoire à Bethléem)
- 1 Samuel 16 (David oint à Bethléem)
- Michée 5,1 (prophétie sur Bethléem)
- Exode 16 ; Deutéronome 8,3 (manne)
- Jean 6,32-58 (Jésus, pain de vie)
- Luc 2,7 (naissance dans la mangeoire)
- Luc 22,19 (institution de l'Eucharistie)
- Philippiens 2,6-8 (kénose)

Pères et théologiens :

- Saint Augustin, Sermons sur l'Eucharistie.
- Saint Thomas d'Aquin, *Summa Theologiae*, IIIa, qq. 73–83 (sur l'Eucharistie et la configuration au Christ).
- Pères de l'Église (Cyrille, Ambroise, Cyrille de Jérusalem) — méditations sur la crèche et l'Eucharistie.

Magistère :

- Jean-Paul II, *Ecclesia de Eucharistia* — sur la centralité eucharistique.
- Benoît XVI, *Sacramentum Caritatis ; Jésus de Nazareth* — sur Noël et l'Eucharistie.
- François — homélies sur la simplicité de la crèche et le soin envers les pauvres.

Catéchisme de l'Église catholique (extraits) :

- CEC 1391–1396 (sur l'union au Christ par l'Eucharistie).





18 décembre 2025

Prières

Prière pour la route

Seigneur Jésus, Toi qui as choisi la petitesse de Bethléem, la mangeoire et la pauvreté, Viens naître en nos cœurs pendant cet Avent.

Donne-nous la grâce du dépouillement pour te reconnaître, la simplicité pour t'accueillir, et le courage de devenir, par ton Esprit, des maisons du pain pour nos frères.

Fais que, nourris par la manne de ta Parole et par le Pain vivant de l'Eucharistie, nous soyons transformés à Ton Image, envoyés pour partager Ta Vie et Ta Paix. Amen.

Marie, porteuse du Pain de Vie

Marie, Mère du Pain de Vie, tu as porté Jésus, don du Père pour le monde. Apprends-nous à l'accueillir avec un cœur simple et ouvert. Avec toi, nous voulons offrir nos vies, pour qu'elles deviennent pain partagé, au service de nos frères et sœurs. Conduis-nous toujours vers ton Fils, Jésus, le Pain vivant, né à Bethléem pour nous donner la Vie. Amen.



La Prière d'Anselm Grün « Ô Jésus, Toi, le Pain de la Vie » :

« Toi, le Pain de la Vie, Jésus, Tu as prononcé des Paroles merveilleuses, pour me montrer qui Tu es pour moi. Tu as dit que Tu es le Pain de Vie, le Pain véritable, qui est descendu du Ciel. Tu es comme le pain qui me donne des forces pour le chemin, qui me fortifie, quand je me sens épuisé. Tu assouvis ma faim de vivre, d'aimer. Tu t'es comparé au pain que Dieu a donné au peuple d'Israël dans le désert. Quand je me sens parfois comme au désert, abandonné, incompris de mes parents, de mes amis, alors Tu es comme le Pain qui me nourrit. Quand Tu es auprès de moi, je ne me sens plus seul. Je sais que Tu me comprends. Cela me nourrit. Je puis en vivre. Je Te remercie parce que Tu es le Pain de la Vie ». Ainsi soit-il.

Anselm Grün (1945- ...) - in « Paroles glanées », éditions fidélités, 2009





18 décembre 2025

Seigneur, pain de vie

Seigneur, pain vivant,
tu es venu demeurer en nous
Béni sois-tu !
Seigneur, pain de tendresse et d'amour,
tu es venu nous aimer et nous apprendre à aimer.
Béni sois-tu !
Seigneur, pain d'espoir et de force,
tu es venu guérir le cœur de ceux et celles qui souffrent.
Béni sois-tu !
Seigneur, pain de justice et de liberté,
tu es venu apporter la paix dans notre monde.
Béni sois-tu !
Seigneur, pain de vérité, de sagesse et de fidélité,
tu es venu nous montrer le chemin vers le Père.
Béni sois-tu !
Seigneur, ta Parole est notre pain,
le seul qui assouvit toutes nos faims.
Béni sois-tu !





18 décembre 2025

Marie, Madone de la Réparation, notre Mère, notre Confiance, notre Espérance et notre Salut, prie, sans cesse, pour nous, qui avons recours à vous.

